



PUCP

FACULTAD DE LETRAS Y CIENCIAS HUMANAS

BIENESTAR Y ESTILOS DE HUMOR EN INTERNAS DE UN PENAL DE MÍNIMA SEGURIDAD DE LIMA

Tesis para optar el título de Licenciada en Psicología con mención en
Psicología Clínica que presenta la Bachiller:

ANDREA WAKEHAM NIERI

ASESORA: PATRICIA MARTÍNEZ URIBE

LIMA – PERÚ
2014



Agradecimientos

A Patricia Martínez, mi asesora, por confiar en mí y sus correcciones que me ayudaron a mejorar este proyecto y como profesional.

A Tesania Velázquez, por insertarme al mundo de la psicología penitenciaria y promover una psicología comprometida (y política) con las instituciones nacionales.

A mi familia por empujarme a terminar este proyecto, por apoyarme incondicionalmente durante toda la carrera universitaria y en todos los otros aspectos de mi vida.

A todas las personas que leyeron el documento de tesis y me dieron recomendaciones Kathy Fourment, Sophia Gómez, Adriana Hildenbrand, Francesco Marinelli y Natalia Ríos.

A los miembros del Grupo de Investigación en Psicología Forense y Penitenciaria, por discutir los resultados de la tesis y por animarme a seguir con el proyecto.

A todas las personas que me brindaron apoyo durante los momentos de estrés y a Aquiles por acompañarme día y noche mientras hacía el documento.

Sobre todo al Instituto Nacional Penitenciario por abrirme las puertas para realizar mis prácticas en un establecimiento penitenciario de Lima y permitirme realizar esta investigación. A la Directora del penal Marthinet Avila, por las constantes enseñanzas y por brindarme las oportunidades para desplegarme como profesional. A la Licenciada Carolina Gutiérrez, mi supervisora en el penal, por sus enseñanzas, constante apoyo y por discutir la tesis conmigo y orientarme. Del mismo modo, a todas las del equipo de psicología y personal del penal.

Por último, a todas las internas que participaron de esta investigación y que confiaron en mí para trabajar con ellas, lo que me ha permitido ver una realidad del Perú que me hace seguir apostando por una psicología comprometida con el país.

Gracias a todas y todos.



Tabla de contenidos

Introducción	1
Método	11
Participantes	11
Medición	11
Procedimientos	14
Resultados	17
Discusión	21
Referencias bibliográficas	27
Anexos	31
Anexo A: Pruebas Administradas	32
Anexo B: Análisis de Confiabilidad Interna	36



Resumen

La presente investigación tiene como objetivo analizar la relación entre Bienestar y Estilos de Humor en un grupo de internas de un penal de mínima seguridad limeño. Para este propósito se evaluó a 76 internas con edades entre 18 - 60 años ($M = 30.35$, $DE = 9$) utilizando las Escalas de Bienestar, Flourishing y Spane, elaborado por Diener, Lucas y Oishi (2009) y el Cuestionario de Estilos de Humor (HSQ) de Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray y Weir (2003). Se Encontró que los estilos de humor positivos correlacionaron de manera positiva con Spane Positivo y Flourishing. Del mismo modo, se encontró una mayor presencia de humor y afecto positivo que negativo. Se encontró, además que la situación jurídica, el grado de instrucción y el tiempo de reclusión incidieron en algunas de las escalas.

Palabras clave: Bienestar, Estilos de Humor, Flourishing, Spane, Internas de una penal.

Abstract

This research aims to establish the relationship between the Well Being and the Humor Styles of a group of women inmates of a minimum security jail of Lima. To do this, we evaluated 76 inmates from age 18 to age 60 ($M = 30.35$, $SD = 9$) using the Scales of Well Being, Flourishing and Spane, elaborated by Diener, Lucas, and Oishi (2009) and the Humor Style Questionnaire (HSQ) elaborated by Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray and Weir (2003). We found that positives styles of humor correlate positively with Positive Spane and Flourishing. Similarly, we observed a greater presence of positive values than negative values on both scales of the descriptive statistic". In addition, the specific objective was to analyze the sociodemographic variables, of which legal situation, level of education, and months of imprisonment seemed to influence some of the scales.

Keywords: Wellbeing, Humor Styles, Flourishing, Spane, women imprisonment.



Introducción

Tradicionalmente, en la psicología clínica ha existido una tendencia a buscar el déficit o la enfermedad en las personas, así como a la categorización universal mediante manuales de diagnóstico como el *Manual Diagnóstico y Estadístico de los Trastornos Mentales* (DSM según sus siglas en inglés) y otros manuales clínicos y de tratamiento. Estos aspectos suelen servir para orientar el diagnóstico y el tratamiento, pero pueden dejar de lado aspectos positivos del ser humano. Frente a este panorama, es necesario deconstruir la noción de patología para rescatar dichos aspectos. Es con este propósito que nace la *Psicología Positiva*, que tiene como objeto generar investigaciones orientadas al estudio del bienestar, la satisfacción, la paz, el humor, la felicidad, el talento, la resiliencia, la creatividad y la sabiduría, entre otros. Además, se relaciona con el estudio de todo aquello que hace que valga la pena vivir, para luego promover que la persona se encuentre orientada y dirigida hacia ello, tomando en cuenta que se desenvuelve en un determinado contexto social (Maddux, 2009; Seligman, 2009).

Así, este enfoque apuesta por reorientar la psicología a través del rescate y promoción de recursos y fortalezas, los cuales servirán como herramientas para afrontar diversas situaciones futuras. Por esta razón, su objetivo será fomentar el bienestar y prevenir las enfermedades, así como tratarlas (Seligman, 2009).

En la psicología positiva, una de las temáticas más estudiadas ha sido el bienestar, que es usualmente asociado con la felicidad, y que, en términos generales, ha sido abordado desde dos grandes enfoques. El primero se basa en la perspectiva eudaimónica (entendida como plenitud) que fue concebida desde la filosofía aristotélica y cuyo principal exponente es Ryff (1989). Este enfoque ha sido influenciado por teorías de carácter humanista como la de Maslow, al incluir aspectos del ciclo vital, del funcionamiento mental positivo, de la autorrealización, de la capacidad para manejar de forma efectiva el medio, de la apreciación positiva de sí mismo, de la alta calidad de los vínculos personales, de tener un propósito en la vida, de los sentimientos de crecimiento personal y del sentido de autodeterminación. Esta concepción del bienestar es denominada por Ryff como *Bienestar Psicológico* (Castro, 2010; Ryff, 1989; Ryff y Keyes, 1995).

El segundo enfoque sobre el bienestar se basa en la perspectiva del hedonismo, cuyo objetivo principal es la búsqueda de la felicidad y la satisfacción con la vida. Desde este enfoque, el bienestar contiene componentes afectivos y cognitivos. Los componentes afectivos se refieren a las respuestas y valoraciones emocionales frente a diferentes eventos, y se espera un balance entre los afectos positivos y los negativos, o una mayor presencia de los positivos. Los componentes cognitivos aluden a una evaluación que hacen las personas sobre su vida, supone una valoración positiva, experiencias placenteras,

niveles bajos de afecto negativo y alta satisfacción con la vida. Estos componentes son las percepciones y evaluaciones individuales de cada persona (Casullo y Castro, 2000; Diener, 2000; Diener, Lucas y Oishi, 2009; Diener, E. y Ryan, K., 2009 ; Keyes y Lopez, 2009; Lucas, Diener y Suh, 1996). El principal exponente de este enfoque es Diener, quien lo denomina *Bienestar Subjetivo*.

Deci y Ryan (2008), señalan que a pesar de que existe una tradición hedonística en el estudio del bienestar, es importante tener en cuenta la perspectiva eudaimónica debido a que ayuda a entender el bienestar y el “florecimiento” humano. Es así, que el bienestar tiene que ser abordado como un fenómeno multidimensional, que comprende las dos vertientes.

En la actualidad, Diener et al. (2010), han integrado estas dos vertientes en el estudio del bienestar. Los autores incorporan conceptos de carácter humanista y de la teoría del bienestar psicológico de Ryff a la concepción denominada hedonista. Además, añaden el concepto de *Flourishing*, que se refiere a la importancia y valoración que realizan las personas a sus relaciones sociales, la prosperidad, las competencias y la auto-aceptación. Es importante señalar que desde este enfoque se entiende que estas relaciones sociales serán beneficiosas, es decir, funciona como un soporte para que uno sea respetado por sus pares y contribuya a la felicidad del otro. Con la integración de estos dos enfoques Diener et al. (2010) logran ampliar el concepto de bienestar. La presente investigación trabajará desde esta línea.

Tay y Diener (2011) realizaron un estudio en 123 países donde examinaron la asociación entre la satisfacción (*fulfillment*) de necesidades y el bienestar subjetivo, que incluye la evaluación positiva de la vida y de los afectos positivos y negativos. Los autores encontraron que existen necesidades universales, las cuales predicen el bienestar. Es decir, el tener cubiertas las necesidades básicas resultó ser un predictor consistente de la evaluación de la vida en las distintas regiones del mundo. Asimismo, encontraron que el respeto y las necesidades sociales se asociaban con emociones positivas; mientras que las necesidades básicas, las de respeto y las de autonomía correlacionan negativamente con sentimientos negativos.

Un constructo que suele relacionarse al bienestar es el humor, también trabajado desde la psicología positiva. Del mismo modo que el bienestar, el humor ha tenido diferentes abordajes y exponentes a través de los años. Freud (1988) señaló que el sentido del humor era un mecanismo de defensa que contribuye a que emerjan contenidos inconscientes reprimidos. En esa misma línea, Dixon (1980 como se citó en Lefcourt, 2009) postuló que el sentido del humor se generó como una respuesta alternativa a disgustos y molestias sociales con el fin de evitar responder mediante la agresión o la violencia. Es así que el humor se ve como una alternativa para canalizar la violencia censurada por la sociedad o la ley. Esta agresión o violencia censuradas pueden ser algunos de los contenidos

inconscientes que señalaba Freud, que buscan salir mediante el sentido del humor. Posteriormente, Keltner y Bonanno (1997 como se citó en Lefcourt, 2009; Martin 2004) sostienen que el humor o la risa podrían ser tomados como un indicador positivo para las personas que están pasando por un duelo, ya que facilita la reinserción a grupos sociales o aumenta su interacción con ellos, de tal manera que la persona encontrará un soporte que le ayudará a superar las dificultades vividas.

Del mismo modo, se ha encontrado que el uso del humor y el mantenimiento también son formas de afrontamiento y procesamiento, ya que las personas pueden mantener el sentido del humor frente a situaciones displacenteras o amenazantes (Erickson y Feldstein, 2007). Capps (2006), también considera al sentido del humor como una estrategia de afrontamiento y lo asocia con niveles bajos de sintomatología psiquiátrica, sobre todo de sintomatología depresiva. En este sentido, Cann y Etzel (2008) creen que una persona que presenta optimismo, felicidad y esperanza, tenderá a usar el humor para manejar los estímulos estresantes.

Es importante señalar que las concepciones del humor expuestas previamente no son excluyentes, sino más bien complementarios. Así, en diversas investigaciones actuales (Martin, 2001; Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray y Weir, 2003) se estudian los estilos de humor integrando algunas de las concepciones del humor antes mencionadas.

Es así que para Martin (2001) es posible identificar cuatro estilos de humor: dos más adaptativos, saludables y beneficiosos, y relacionados positivamente con el bienestar; y dos desadaptativos que se asocian negativamente con el bienestar. Los dos estilos de humor más adaptativos son el humor afiliativo (social) y el orientado al mejoramiento personal. El humor afiliativo tiende a estar asociado con las relaciones interpersonales y tiene como objetivo facilitarlas por medio de la creación de un ambiente más cómodo mediante bromas, historias graciosas y risa. Por otro lado, el humor orientado al mejoramiento personal es el que incrementa el *self* e involucra una perspectiva humorística de la vida, pero conservando el criterio de realidad. Asimismo, es el estilo de humor que una persona mantiene durante situaciones que se pueden percibir como difíciles o adversas y que funciona como una estrategia de afrontamiento positivo, cuya meta es regular las emociones negativas, sin dañarse a sí mismo o a otras personas (Kuiper, Grimsaw, Leite y Kirsh, 2004; Kuiper y Mchale, 2009; Martin, 2001; Martin et al. 2003).

En contraposición a los estilos positivos, los dos estilos negativos y desadaptativos del humor son el agresivo y el auto descalificador. El humor agresivo involucra el uso del sarcasmo y el ridiculizar o molestar a otra persona, con el objetivo de herirla y menospreciarla; mientras que el humor auto descalificador contiene excesivo humor cínico y devaluativo, que busca de alguna manera, promover las relaciones interpersonales al divertir a los otros, pero a expensas de uno mismo (Kuiper et al., 2004; Kuiper y Mchale 2009;

Martin, 2001; Martin et al., 2003). Lefcourt (2009) complementa a los autores mencionados, al señalar que este estilo de humor más agresivo tiene como objetivo controlar a otra persona causándole estrés o malestar.

Para la presente investigación se utilizará como marco conceptual la propuesta de Martin (2001). En diversas investigaciones, se ha encontrado que los estilos de humor se tienden a vincular con el bienestar psicológico, con los afectos tanto negativos como positivos, con el afrontamiento, con las relaciones interpersonales, con las evaluaciones cognitivas, con el estrés, con características de personalidad, con auto-estima y depresión entre otros.

Martin et al. (2003) desarrollaron el Cuestionario de Estilos de Humor (HSQ) para medir los cuatro estilos del humor previamente descritos. Asimismo, ubicaron la interacción de estas cuatro dimensiones en dos continuos. Así, el primero comprende los extremos que van desde un humor benigno hasta un humor perjudicial; mientras que el segundo comprende los extremos que van desde el humor orientado a promover el crecimiento personal hasta el humor que promueve el desarrollo de las relaciones con otros burlándose de uno mismo. Kuiper et al. (2004) y Kuiper y Mchale (2009), validaron la hipótesis de Martin et al. (2003) al encontrar los mismos cuatro estilos de humor adaptativos y desadaptativos. Es importante señalar que el cuestionario no espera dar cuenta de todos los componentes del sentido del humor. Su importancia radica en que se enfoca en las funciones interpersonales e intrapsíquicas del humor, utilizadas por las personas en sus vidas. Dichas funciones son consideradas relevantes para el bienestar psicológico.

Martin et al. (2003) advierten que entre los estilos de humor puede existir superposición. Por ejemplo, el estilo de humor afiliativo muchas veces puede contener cierto grado de burla de un grupo para aumentar el sentido de cohesión, identidad grupal y bienestar, al burlarse de otro grupo o individuos. Así como tener el estilo de humor auto-descalificador también puede tener componentes de humor afiliativo, ya que la persona que puede burlarse de sí misma y de sus errores también puede ser considerada como inofensiva y facilitar la relación social. Es así, que por más que sean dimensiones distinguidas la una de la otra, éstas pueden tener cierto grado de superposición. Así mismo, los autores señalan que no se asume que estas funciones del humor sean necesariamente conscientes, también pueden ser respuestas automáticas como al utilizarlo para afrontar situaciones estresantes.

Kuiper, Martin y Olinger (1993) llevaron a cabo un estudio sobre el sentido del humor, el estrés y la evaluación cognitiva; en el que encontraron que las personas con alto sentido del humor tendían a hacer una evaluación cognitiva positiva durante eventos potencialmente estresantes. Del mismo modo, estas evaluaciones se mantenían similares en situaciones estresantes cuando el resultado era positivo. Si es que no se lograba lo esperado, los

misimos individuos hacían evaluaciones cognitivas que tendrían por objetivo proteger su *self*. Es importante señalar que el sentido del humor fue tomado como una estrategia de afrontamiento que permitió reducir el estrés y, al mismo tiempo, generar una distancia ante dicha situación estresante. En resumen, la investigación validó la propuesta acerca de que el sentido del humor facilitaría el afrontamiento y el ajuste.

Asimismo, en una investigación posterior sobre el humor y bienestar, Kuiper et al. (2004) encontraron que los niveles bajos de depresión se relacionaban con las dimensiones de humor más adaptativas. Los componentes del humor adaptativos (afrontamiento, afiliación y humor constructivo) se relacionaron de manera positiva con áreas del bienestar, tales como una mayor autoestima, un incremento en el afecto positivo, y la auto-competencia para manejar la ansiedad y las relaciones interpersonales. El humor descalificador se asoció con altos niveles de depresión. Por otro lado, la ausencia de relaciones significativas se relacionó de forma positiva con humor agresivo y auto-descalificador. Se encontró una relación positiva entre la ansiedad y el afecto negativo; es decir, las personas que puntuaban significativamente alto en afecto negativo y ausencia en relaciones presentaban un estilo de humor desadaptativo (agresivo y/o auto-descalificador). Finalmente, los autores, encontraron que las personas tenían una mayor presencia de humores desadaptativos presentaron un patrón de baja autoestima, bajo afecto positivo y baja auto-competencia.

Chen y Martin (2007) aplicaron el HSQ a estudiantes universitarios chinos y canadienses encontrando que los participantes chinos mostraban puntajes relativamente menores en humor agresivo, frente a los participantes canadienses. En la comparación por género, encontraron que los hombres mostraban un mayor uso del humor agresivo y auto-descalificador en comparación con las mujeres. Asimismo, en las dos poblaciones se encontró que los jóvenes usaban más el humor afiliativo y agresivo que las personas mayores.

Otra investigación sobre el humor es la de Butzer y Kuiper (2008), quienes exploraron el uso del humor en las relaciones románticas entre estudiantes universitarios. La investigación mostró que las personas que se encontraban más satisfechas con su relación reportaban un mayor uso del humor positivo en comparación al humor evitativo o negativo. Estas mismas personas reportaron un menor uso del humor negativo y evitativo cuando se encontraban en situaciones de conflicto. En contraste, los individuos que se encontraban menos satisfechos con su relación de pareja reportaron altos niveles de humor negativo sin importar si la situación era placentera o conflictiva.

De otro lado, Kuiper y Leite (2010), en una investigación sobre las asociaciones entre impresiones de la personalidad (la impresión que una persona tiene de la personalidad de otra persona) y los estilos de humor, encontraron que puntajes altos en humor adaptativo

(afiliativo y orientado al mejoramiento personal) estaban asociados con un mayor puntaje en atributos socialmente deseados respecto a las personas que tenían un alto sentido de humor desadaptativo (agresivo y auto-descalificador). Más aún, las personas con humor afiliativo puntuaban más alto en cuanto a dar una imagen positiva de atributos socialmente deseados que las personas que utilizaban un humor orientado al mejoramiento personal. Por su parte, en el humor agresivo se observó puntuaciones más bajas en atributos socialmente deseados frente al humor auto-descalificador. Asimismo, las personas que utilizaban un estilo de humor agresivo, dejaban una impresión negativa, de carácter fuerte y perjudicial en las personas.

Los resultados de Kuiper y Leite (2010) muestran que los estilos de humor tienen una influencia sobre los atributos socialmente deseables percibidos. Además, esto muestra que las personas prefieren tener alrededor a personas con un humor afiliativo y alejar a aquellas que tienen una tendencia a usar un humor agresivo. Los autores también encontraron que las personas que utilizaban con mayor frecuencia un estilo de humor afiliativo mostraban mayor extroversión y menores niveles de neuroticismo. En contraparte, las personas que mostraban mayor uso de estilos de humor desadaptativos, mostraban menor extroversión y mayores niveles de neuroticismo. Por último, los individuos con bajos puntajes en humor adaptativo tenían menos interacciones interpersonales positivas y menos soporte social durante situaciones de estrés.

Casaretto y Martínez (2009), en una investigación realizada en Perú con el objetivo de validar el Cuestionario de Estilos de Humor (HSQ) en estudiantes universitarios, reportaron que existe una asociación entre el bienestar psicológico y los estilos de humor. Los estilos positivos del humor correlacionaron positivamente con las áreas positivas del bienestar psicológico, mientras que los estilos negativos correlacionaron de manera negativa. Los resultados encontrados por las autoras refuerzan el vínculo entre los estilos de humor y el bienestar psicológico.

Como señala Maddux (2009) es importante tener en cuenta el contexto social donde la persona se desenvuelve. Es por ello que en base a lo revisado hasta el momento, cabría preguntarse cómo se presentarían dichos constructos en una población de mujeres internas en un penal de mínima seguridad de Lima. Es así que resulta pertinente revisar las características de dicha población, la vida en la cárcel y sus consecuencias. Por lo mismo que, la vivencia del encarcelamiento suele ser una experiencia traumática y estresante, en la que influyen variables tanto externas como internas para la adaptación al medio. Esta adaptación, tiene tres momentos: inicialmente una presencia muy intensa de emociones; luego se estabiliza y decrece la intensidad; y finalmente cuando la persona está por salir se vuelven a intensificar las emociones (Zamble y Porporino, 1990).

Los establecimientos penitenciarios, han sido diseñados para proteger a la sociedad y castigar a los delincuentes (Foucault, 1976; Goffman, 1961). Winnicott (1984) señala “que la función primordial de la ley es expresar la venganza inconsciente de la sociedad” (p.235). De igual manera, Pérez Guadalupe (1994) plantea que la cárcel suspende un problema social (sin solucionarlo), en el tiempo y espacio, durante los años que dure la condena en prisión. Es así, que las cárceles se preocupan por contener al delincuente en vez de tratarlo, siendo así mayor el presupuesto destinado para infraestructura (la cual continua siendo precaria) y seguridad, que para el tratamiento (CEAS, 2006; Defensoría del Pueblo, 2007, 2011, 2013; Van der Mat, 2008). En suma, las cárceles terminan siendo un depósito de todo lo “malo” que existe en la sociedad, donde se castiga y contiene, en vez de tratarlos/las e intervenir en la problemática de raíz: la violencia estructural del país.

Un autor que ha estudiado ampliamente la cárcel y las consecuencias que genera en algunas personas al estar reclusas en un penal es Valverde (1991). Para el autor, la cárcel es una “institución total”, en donde la vida del interno se estructura alrededor de ella, es decir, el interno, está forzado a “vivir la prisión” de una manera permanente y obsesiva. Los establecimientos penitenciarios estarían diseñados para dominar a la persona privada de su libertad y que eviten problemas. La vida en prisión está regida por un reglamento, donde se le dice al interno qué puede hacer y qué no, sin tener en cuenta sus deseos. En resumen, se entiende al penal como una “institución total” (Foucault, 1975; Goffman, 1961), precaria y “anormalizadora”, con una estructura rígida y violenta. Es así, que la misma permanencia en la cárcel es un constante intento de adaptación, una “lucha por la supervivencia”.

Valverde, 1991, señala lo disruptivo que es el ingreso a la cárcel en la vida de una persona, debido a la pérdida de la libertad y al ambiente hostil al cual se ingresa. A esto se suma que la cárcel, al limitar la libertad, genera consecuencias negativas a nivel sensorial, cognitivo y psicosocial. A nivel sensorial, el sentido que se ve más afectado es la audición, estar rodeado de ruido y sonidos displacenteros no sólo afecta al nivel sensorial, sino que, además mantiene a la persona en constante estado de alerta y sobre estimulada. Los otros sentidos afectados son el gusto, la visión y el olfato.

El mismo autor señala que la cárcel exige la adopción de nuevas conductas para poder insertarse y adaptarse al nuevo ambiente, las cuales generan consecuencias cognitivas y psicosociales. Paradójicamente, muchas de las conductas que permiten esta adaptación a la vida en la cárcel son consideradas poco adaptativas en otros contextos. Por ejemplo, en los establecimientos penitenciarios las actitudes comunes son las de enfrentamiento o de sumisión. El enfrentamiento significa rebelarse ante el sistema y oponerse a la institución total. Si bien oponerse a lo impuesto por el sistema podría considerarse poco conveniente estando en libertad, oponerse puede generar que el efecto de la cárcel sea menor en la autoestima del interno por lo cual se convierte en una postura

adaptativa. De la misma manera, el uso de un lenguaje pobre, exclusivo de la cárcel, sirve como elemento de identificación con el grupo. Este lenguaje tiene como objetivo ser informativo, y suele ser de carácter rígido y escaso, expresando pocas emociones, a excepción de la agresión.

Además de estas consecuencias, el autor encuentra otras que las personas privadas de su libertad pueden presentar en mayor o menor medida, como la ausencia de control sobre su propia vida, el estado permanente de ansiedad (alerta), la ausencia de expectativas a futuro, la incapacidad de responsabilizarse de sus propios actos o de los de otro, la pérdida de vínculos, la sensación de desamparo y la sobredemanda afectiva. Así mismo, ocurren muchos problemas de convivencia derivados de una baja tolerancia a la frustración y una agresividad latente. Esto deriva en conductas agresivas usualmente desproporcionadas ante la situación correspondiente. Por otro lado, el paso del tiempo en el penal, produce una sensación de vacío y pérdida de tiempo, frustración y deterioro del auto concepto; una sensación permanente de ansiedad, que implica pensar su situación de una forma obsesiva y fatalista, donde no es posible encontrar soluciones a sus problemas (Valverde, 1991).

Es importante señalar la escasa investigación y teorización que existe sobre la delincuencia femenina y mujeres privadas de su libertad en Latinoamérica. Los estudios existentes se ajustan a parámetros preestablecidos, bajo una mirada androcentrista, donde se privilegia la mirada de la delincuencia masculina. Es así que, debido a la ausencia de una perspectiva de género (Antony, 2007), las mujeres privadas de su libertad son invisibilizadas dentro de las referencias bibliográficas. Por otro lado, el rol que la sociedad muchas veces ha impuesto a la mujer hace que la prisión sea doblemente estigmatizadora; al verla no solo como delincuente, sino como “mala”, al ir contra el papel que le correspondía (esposa y madre, sumisa, dócil y dependiente). En el tratamiento, esto se visibiliza al reforzar el estereotipo de género femenino, ya que se fomentan técnicas de socialización en el trabajo (coser, artesanías, cocina, entre otros) o se controla y evalúa la vida íntima, donde se tiene que probar el vínculo matrimonial o de convivencia (heterosexual), lo cual no sucede en el caso de los hombres. Es así, que esta mirada (femenina y maternal) a las mujeres privadas de su libertad, genera que se les maternalice e infantilice.

Se entiende lo femenino, desde un modelo social y cultural latinoamericano, donde lo que prevalece es la dependencia, la falta de poder, la interioridad física, la sumisión y el sacrificio. Del mismo modo, uno de los aspectos más traumáticos es la pérdida de sus hijos, sintiendo así que los han abandonado y que son “malas madres”, contenido que se encuentra presente durante su estadía en la cárcel de forma recurrente (Antony, 2007; Constant, 2011; Defensoría del Pueblo, 2013).

Del mismo modo, el programa de asuntos penales y penitenciarios de la Adjuntía para los Derechos Humanos y las Personas con Discapacidad (Defensoría del Pueblo, 2011, 2013), señala que debido a que la cifra de mujeres es menor en comparación a la de los hombres (6.27% de la población carcelaria total), sus derechos y necesidades elementales no son atendidos convenientemente.

Mapelli (2006) realizó un estudio de carácter demográfico sobre la mujer en el sistema penitenciario en un establecimiento penitenciario de mínima seguridad de Lima. Este estudio reportó los siguientes hallazgos: la mayor parte de la población se encuentra entre los 20 y 40 años de edad (64%), un 78% de la población solo tiene educación primaria; el 84% tiene al menos un hijo; el 56% se encuentra procesada; un 59% tienen penas menores a los 9 años; y la mayoría de internas se encuentran en prisión por tráfico ilícito de drogas (59%). La autora, señala que las principales dificultades dentro del establecimiento penitenciario estudiado son consecuencia del hacinamiento ya que, al perder la posibilidad de privacidad, tienden a presentar problemas de convivencia. Otra consecuencia negativa de la sobrepoblación es que las internas no pueden inscribirse en los talleres de trabajo, lo que genera problemas en su situación jurídica y limita su posibilidad de tener un ingreso económico. Por último, una consecuencia adicional a la sobrepoblación es la falta de personal para poder lidiar con las demandas de las internas. La Defensoría del Pueblo (2013) señala, de forma similar, que hay un 70% de sobrepoblación en los penales e insuficiente personal para responder a las demandas, al igual que años posteriores. Adicionalmente reporta un incremento a lo que respecta el tráfico ilícito de drogas (63.75%).

Finalmente, Constant (2011) señala, en un estudio llevado a cabo en una cárcel penitenciaria de mínima seguridad limeña, la predominancia de relaciones de poder entre las guardias de seguridad y las internas, habiendo así tratos diferenciados, dependiendo de la situación económica, procedencia u orientación sexual.

Keaveny y Zauzniwski (1999) encontraron en una cárcel de mujeres en Estados Unidos que la mayoría presentaba cambios en su vida caracterizados por múltiples pérdidas (vínculos, libertad, respeto y privacidad) en los últimos 12 meses de su estadía en dicha cárcel. Además, la mayoría reportaba sentirse tensa, ansiosa y preocupada. Los autores explican esto desde la teoría de Fogel (1988 en Keaveny et al., 1999), señalando que esto se debió a cómo la pérdida de la libertad, el respeto y la privacidad, y las restricciones de la cárcel exacerban el estrés psicológico.

Guimet (2011) llevó a cabo una investigación sobre bienestar psicológico en un penal limeño de mujeres de máxima seguridad. En su investigación, encontró que las internas que hacían ejercicio físico mostraban un mayor bienestar frente a las que no lo practicaban. Del mismo modo, encontró que aquellas que presentaban un mayor nivel de instrucción presentaban un mayor bienestar. Además, encontró que a mayor tiempo de sentencia y

estadía en la cárcel, mayor era el bienestar. Esto indicaría que la reacción negativa frente al encarcelamiento ha ido disminuyendo con los años y hay una mayor adaptación, además de una mayor proyección al futuro. Asimismo, se encontró que a mayor sentencia, estadía y grado de instrucción, había un mejor manejo del ambiente, una mayor auto-aceptación, un mayor sentido de vida y una mejor relación con otros. Esto coincidiría con lo expuesto por Zamble y Porporino (1990) en relación a los momentos de adaptación a la vivencia penitenciaria.

Hildenbrand (2012) realizó una investigación sobre razones para vivir y afecto en un penal limeño de mujeres de máxima seguridad. En la investigación, evidenció que las internas reportaban niveles más altos de afecto positivo que negativo. Del mismo modo, encontró que a mayor sentencia las internas tenían una mayor presencia de afecto positivo. Por otro lado, encontró que la variable grado de instrucción resultó ser un indicador en el grupo evaluador, tanto en las vivencias afectivas positivas y negativas como en razones para vivir.

Cabe resaltar que las investigaciones desde la perspectiva de la psicología positiva son importantes, debido a los escasos estudios realizados en establecimientos penitenciarios de Lima y sobre todo de mujeres. Del mismo modo, la integración de los resultados con la teoría, permite dejar de lado la mirada de déficit de la población penitenciaria, para identificar sus recursos y plantear políticas de tratamiento. Este va en la línea de lo que propone Diener, et al. (2008): estudiar el bienestar, logrando así crear indicadores, de tal forma que se puedan generar intervenciones que promuevan el bienestar.

A partir de lo expuesto previamente, el presente estudio tiene como propósito analizar la relación entre bienestar y estilos de humor en mujeres internas en un establecimiento penitenciario de mínima seguridad de Lima. Así mismo, se tomará en cuenta la edad, el lugar de nacimiento, el grado de instrucción, el tiempo de reclusión, entre otros, con el objetivo de analizar estos constructos en grupos específicos.

Método

Participantes

La presente investigación contó con la participación de 76 internas de un penal de mínima seguridad de Lima, con un rango de edades de 18 a 60 años ($M = 30.35$, $DE = 9$). Originalmente se evaluó a un total de 80 reclusas, pero se eliminaron 4 casos por presentar protocolos incompletos (más de 3 ítems en blanco en el HSQ o más de 1 ítem en blanco en las pruebas de bienestar).

El grupo de participantes estuvo conformado por 58 peruanas y 18 extranjeras, de las cuales el 47.4% se encontraba recluida por tráfico ilícito de drogas y el 52.6% por otro tipo de delitos (estafa, robo agravado, secuestro, otros). El 81.6% de las participantes se encontraban en la cárcel por primera vez, mientras que 14.5% tenía más de un ingreso. Adicionalmente, el 59.2% de las internas evaluadas se encontraban procesadas y el 40.8% sentenciadas. El 72.6% de las participantes, se encontraba recluida hace tres meses o más y el 84.2% reportaron recibir visitas, como mínimo una vez al mes. La participación fue de carácter anónimo y voluntaria. La selección se realizó a partir de una convocatoria abierta entre las hispanohablantes. Las pruebas fueron administradas de forma colectiva, luego de leerse y explicarse el consentimiento informado (Anexo A). Cabe resaltar, que se hizo énfasis en que ni la prueba ni los resultados influenciarían en su situación jurídica o su legajo, debido a la preocupación que esto podría generar.

Medición

El Bienestar. El bienestar fue evaluado a través de las escalas *Flourishing* y SPANE desarrolladas por Diener et al. (2009).

La escala de *Flourishing* (FHS) está compuesta por 8 ítems que describen importantes aspectos del funcionamiento humano como relaciones positivas, sentimientos de competencia y un sentido y propósito de vida. Las respuestas se dan en una escala tipo Likert de 7 puntos que van de “Totalmente de acuerdo” (7) a “Totalmente en desacuerdo” (1)

La escala de Afecto Positivo y Negativo (SPANE) está compuesta por 12 ítems, de los cuales 6 evalúan experiencias positivas (SPANE-P) y los 6 restantes, experiencias negativas (SPANE-N). Cada ítem es respondido mediante una escala de tipo Likert, que va desde “Rara vez o nunca” (1) a “Muy a menudo o siempre” (5). Las escalas *SPANE-N* y *SPANE-P* son parcialmente independientes, por lo que se califican por separado. Luego se obtiene un resultado global (SPANE-B) al restar el puntaje del SPANE-N del SPANE-P.

Para evaluar, las propiedades psicométricas de la prueba, los autores Diener et al. (2009) condujeron un estudio con 689 estudiantes universitarios. En dicho estudio se obtuvo

una consistencia interna adecuada en las dos escalas. Para la escala de *Flourishing*, el alpha de Cronbach fue $\alpha = .87$; para el SPANE-P fue $\alpha = .87$ y para el SPANE-N fue $\alpha = .81$. Las dos escalas (FHS y SPANE) mostraron validez convergente con otras pruebas similares. Además, se llevó a cabo un análisis factorial para cada escala. En la escala del *Flourishing* el análisis arrojó un factor fuerte con un auto-valor de 4.24, que explicaba el 53% de la varianza total de los ítems. En la escala de SPANE, se hizo un análisis factorial por cada componente (SPANE-P y SPANE-N). La escala del SPANE-P evidenció un factor fuerte con un auto-valor de 3.69 correspondiente al 61% de varianza de los ítems. Mientras que la escala de SPANE-N, mostró un auto-valor de 3.19 correspondiente al 53% de la varianza. Por otro lado, al correlacionar las escalas de SPANE-N y SPANE-P, se evidenció una correlación negativa significativa $r = -.60$.

Junça y Caetano (2011), validaron la prueba desarrollada por Diener et al (2010) en Portugal, la cual funcionó de manera adecuada presentando resultados similares a los expuestos por los autores. Los investigadores condujeron un estudio con 911 personas, de los cuales 717 eran empleados a tiempo completo y 194 eran estudiantes universitarios de pregrado. Para la escala de *flourishing*, se verificó que la escala mostraba una consistencia interna adecuada ($\alpha = .83$) y que al igual que el estudio original se obtuvo un solo factor consistente. Del mismo modo, se analizó la validez convergente de la escala al analizar su relación con medidas de bienestar ("*Subjective Happiness Scale*" y "*Satisfaction with Life Scale*"), donde se obtuvo una correlación positiva con dichas escalas. Así mismo, encontraron que la escala de SPANE obtuvo una consistencia interna adecuada, tanto en la escala como la sub-escalas. Además, SPANE correlacionó adecuadamente con las escalas de bienestar antes mencionadas, lo cual demostró la validez convergente de la escala.

En la actualidad no se han encontrado investigaciones que utilicen estas dos escalas en el Perú, debido a su reciente creación y desarrollo.

Para la presente investigación, se realizó un análisis de confiabilidad interna, con el objetivo de analizar el funcionamiento de las escalas en esta población específica. Se obtuvo un alpha de Cronbach de .83 para SPANE-P, .83 para SPANE-N y .71 para la escala de *flourishing*. (Anexo B)

Los Estilos de humor. Fueron evaluados a través del Cuestionarios de Estilos de Humor (HSQ) desarrollada por Martin et al. (2003), validada en el Perú por Cassaretto y Martínez en el año 2009. La prueba fue diseñada para evaluar los diferentes tipos de humor, mediante cuatro escalas: afiliación, mejoramiento personal, agresividad y auto-descalificador. El cuestionario se enfoca en las funciones intrapsíquicas e interpersonales del humor que se relacionan con el bienestar psicológico. La prueba contiene 32 ítems

divididos en 4 escalas de 8 ítems cada una. Cada ítem es respondido mediante una escala de tipo Likert, que va desde “totalmente diferente a mí” (1) a “totalmente igual a mí” (7).

Los autores del instrumento llevaron a cabo una investigación con estudiantes para evaluar la consistencia interna y la validez convergente de dicha prueba. Los índices de consistencia interna encontrados variaron de .77 a .81. La validez convergente de la prueba mostró correlaciones positivas y significativas entre la escala de humor afiliativo, la escala de Intimidación Social de Miller y la escala de extraversión del NEO PI-R. La escala orientada al mejoramiento personal correlacionó negativa y significativamente con neuroticismo y positivamente con la escala de afrontamiento con humor. La escala de humor agresivo correlacionó de forma positiva con la Escala de Hostilidad de Medley. Finalmente, la escala de humor auto-descalificador correlacionó negativamente con la escala de Autoestima de Rosenberg (Cassaretto y Martínez, 2009; Martin et al., 2003).

Erickson y Feldstein (2006) utilizaron el HSQ con adolescentes y encontraron una buena consistencia interna en las escalas de la prueba. La escala de humor afiliativo mostró un alpha de Cronbach de .81; la escala orientada al mejoramiento personal un $\alpha = .79$; la escala de auto-descalificador un $\alpha = .65$; y la escala de humor agresivo un $\alpha = .58$. La validez convergente de la prueba fue determinada al investigar las relaciones entre las cuatro escalas del HSQ con componentes de los estilos de afrontamiento. Se encontraron correlaciones significativas negativas entre humor afiliativo y defensas inmaduras y asociaciones positivas con defensas maduras. Además, el humor agresivo fue asociado positivamente con defensas inmaduras y negativamente con afrontamiento orientado al problema y defensas maduras. Por último, el humor auto-descalificador se asoció positivamente con afrontamiento evitativo y defensas inmaduras.

Chen y Martin (2007) utilizaron la prueba para comparar estilos de humor en estudiantes chinos y canadienses. Dentro de los análisis estadísticos, se llevó a cabo un análisis factorial, donde se encontró 4 factores que explicaron el 38.9% de la varianza total. Asimismo, se analizó la consistencia interna y se obtuvo que los alpha de Cronbach de las cuatro sub-escalas se encontraban en un rango de .61 a .81. También se les aplicó un Test-Retest para ver la estabilidad de la prueba en un intervalo de cuatro semanas. Los coeficientes fueron .67 para humor afiliativo, .64 para humor orientado al mejoramiento personal, .57 para humor agresivo y .65 para auto-descalificador.

Cassaretto y Martínez (2009) validaron la prueba en el Perú sobre la base de la traducción de Cayssials y Pérez, pero modificaron algunos ítems para que se ajusten mejor al contexto lingüístico peruano. Al analizar la confiabilidad interna, las autoras encontraron que los ítems 16, 22, 28 y 30 tenían escaso poder de discriminación, por lo cual se decidió neutralizarlos. Luego de neutralizarlos, encontraron que las escalas de afiliación y agresividad tenían alphas adecuadas y que las dos presentaban un alpha de Cronbach de

.73. Las otras dos escalas también presentaron un alpha adecuado, mejoramiento personal presentó un alpha de .71 y auto-descalificación un alpha de .61. Por último, las autoras, llevaron a cabo un análisis de correlación entre las variables de bienestar psicológico y esperanza con la HSQ para analizar la validez convergente del instrumento. Tanto agresividad como auto-descalificador correlacionaron negativa y significativamente con bienestar; esperanza también correlacionó negativamente y de manera significativa con agresividad; y afiliación y mejoramiento personal, correlacionaron positiva y significativamente con bienestar psicológico y esperanza.

En la presente investigación, se realizó un análisis de la confiabilidad interna del instrumento (Anexo B). La escala de humor afiliativo, obtuvo un $\alpha = .65$ y todos los ítems mostraron un adecuado poder de discriminación. En la escala mejoramiento personal se obtuvo inicialmente un $\alpha = .46$ y los ítems 22 y 30 no mostraron un adecuado poder de discriminación, por lo que se decidió neutralizarlos. El alpha obtenido luego de neutralizarlos fue de $\alpha = .64$. En la escala de auto-descalificador inicialmente se observó un $\alpha = .44$ con una correlación negativa en el ítem 16 por lo que se decidió neutralizarlo, luego de eso se obtuvo un $\alpha = .54$.

En el caso de la escala de humor agresivo esta obtuvo un $\alpha = .37$ y un escaso poder de discriminación de los ítems 11 y 7. Se neutralizó únicamente el ítem 11, porque la neutralización del ítem 7, a pesar de tener un coeficiente bajo, no aportaba a la confiabilidad global de la escala. Con el ítem 11 neutralizado la escala de humor agresivo presentó un alpha de $= .42$. Cabe mencionar que en la investigación de validación del instrumento en Perú los ítems 16, 22, 28 y 30, presentaron dificultades. (Cassaretto & Martínez, 2009). El ítem 28, en la presente investigación, funcionó adecuadamente.

Procedimiento

La administración de los instrumentos se realizó de manera grupal, luego de la firma del consentimiento informado. Los protocolos incompletos (más de 3 ítems en blanco en el HSQ o más de 1 ítem en blanco en SPANE o FHS) fueron anulados.

Se realizaron los ajustes necesarios en los instrumentos a partir del análisis de confiabilidad de los mismos. Luego se realizó la prueba de Kolmogorov-Smirnov a partir de los cuestionarios aplicados, con el fin de identificar el tipo de distribución. Se encontró una distribución normal en HSQ y una distribución asimétrica en las escalas del Bienestar. Por ello, para poder responder al objetivo principal, las correlaciones entre las pruebas se midieron a través de un análisis no paramétrico mediante la prueba de Spearman.

Por último, como se trata de un grupo con características particulares, se llevó a cabo una comparación de medias teniendo en cuenta datos socio-demográficos y jurídicos. Primero, se realizó la prueba de normalidad de Shapiro-Wilk, ya que los grupos estaban

conformados por menos de 50 participantes. Algunas distribuciones resultaron normales y otras no normales, dependiendo del caso se utilizó análisis paramétricos (T-Student) o no paramétricos (U-de Mann Whitney).





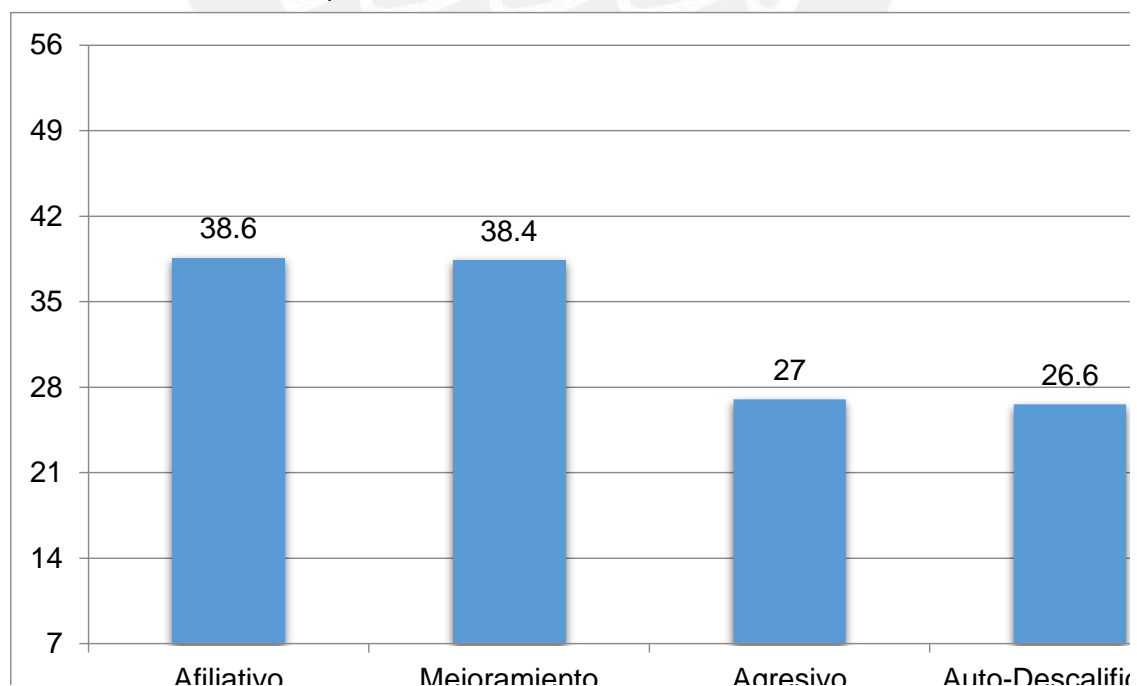
Resultados

A continuación se presentan los resultados de los datos recopilados para responder a los objetivos de la presente investigación. Se comenzará por mostrar los hallazgos descriptivos de las escalas SPANE y Flourishing que evaluaron el Bienestar y del Cuestionario de Estilos de Humor, para proseguir con las correlaciones y finalmente con el análisis específico del grupo de internas en función de las variables socio-demográficas y jurídicas.

En relación al Bienestar, el grupo evaluado ($n = 76$) presenta una tendencia, a sentir con mayor intensidad afectos positivos (SPANE-P; $M = 21$) que negativos (SPANE-N; $M = 15.38$). En la escala de *Flourishing* (FHS) se obtuvo un promedio de $M = 47.01$ ($DE = 6.56$), donde el puntaje máximo fue 56 y el mínimo 28. Los ítems que obtuvieron mayor puntuación en la escala de FSH fueron “Soy competente y capaz en aquellas actividades que son importantes para mí” y “Soy optimista sobre el futuro”.

En relación al Cuestionario de Estilos de Humor (HSQ), se observó que los puntajes de las medias de las escalas positivas (humor afiliativo y orientado al mejoramiento personal) son mayores que las escalas negativas (humor agresivo y auto-descalificador) en el grupo evaluado (Gráfico 1).

Gráfico 1:
Estilos de Humor: Promedios por escala



El análisis de las correlaciones entre las escalas del Bienestar y las escalas del HSQ se presenta en la tabla 1. Tanto Flourishing como Spane-P correlacionaron de manera positiva con las escalas positivas del HSQ (Humor Afiliativo y Mejoramiento Personal). A pesar de que no alcanzó el nivel de significación esperado, los afectos negativos (Spane-N) correlacionaron de manera inversa con los de humor positivo. Resultó interesante, además que afecto negativo (Spane-N) correlacionó inversamente con mejoramiento personal. Por otro lado, los estilos de humor negativos no correlacionaron con afecto negativo, como señala la teoría (Martin et al. 2003).

Tabla 1

Correlaciones entre Bienestar y Estilos de Humor

Estilos de humor	Bienestar (n= 76)		
	SPANE-P	SPANE-N	Flourishing
	<i>r</i>	<i>r</i>	<i>r</i>
Afiliativo	.263*	-.218	.285*
Mejoramiento Personal	.323**	-.226*	.236*
Agresivo	-.006	.128	-.089
Auto-descalificador	-.123	.124	-.188

*p < .05, **p < .01

Tratándose de un grupo particular, poco estudiado en nuestro medio, resulta importante analizar el contexto de las variables de estudio según algunas variables socio-demográficas y jurídicas, tales como: tiempo de reclusión en meses, situación jurídica y grado de instrucción.

En relación al tiempo de reclusión se encontró una correlación mediana y significativa con afecto positivo (Spane-P) y una correlación baja y negativa con el Humor Auto-Descalificador (tabla 2).

Tabla 2
Correlaciones de tiempo de reclusión

	Tiempo de reclusión en meses (n = 73)
	<i>r</i>
SpaneP	.328**
SpaneN	-.173
Flourishing	.054
H. Afiliativo	.120
H. Mejoramiento Personal	.197
H. Auto-Descalificador	-.274*
H. Agresivo	-.171

Nota se empleó Spearman debido a la no normalidad de tiempo de reclusión

*p < .05 **p < .01

En el grupo evaluado, se encontró diferencias significativas según la situación jurídica con las escalas de SpaneP y Humor orientado al Mejoramiento Personal (Tabla 3). En el primer caso, las internas sentenciadas (que ya tienen condena) mostraron una mayor intensidad de afectos positivos que las procesadas (que no tienen condena). Del mismo modo, las internas sentenciadas mostraron mayor presencia de humor orientado al Mejoramiento Personal que las procesadas.

Tabla 3
Comparación de grupos según Situación Jurídica

	Procesadas (n = 45)			Sentenciadas (n = 31)			<i>t</i> / <i>U</i>
	<i>M</i>	<i>Mdn</i>	<i>DE</i>	<i>M</i>	<i>Mdn</i>	<i>DE</i>	
SpaneP	19.98	19	-	22.5	24	-	446.00^{a*}
SpaneN	15.96	15		14.55	14		576.50 ^a
Flourishing	47.07	49		46.94	48		689.50 ^a
H. Afiliativo	37.87		8.04	39.55		9.31	-.804 ^b
H. Mejoramiento Personal	36.96	-	6.765	40.45	-	6.835	-2.200^{b*}
H. Auto- Descalificador	27.76		7.07	25.68		7.25	1.648 ^b
H. Agresivo	27.89		7.14	25.68		7.25	1.318 ^b

^a Se utilizó la U de Mann-Whitney

^b Se utilizó T-student

*p < .05

El grado de instrucción presentó diferencias significativas en relación al bienestar y estilos de humor. Las personas con estudios superiores presentaron una menor intensidad de afectos negativos y una mayor presencia de Flourishing que las personas con estudios escolares (Tabla 4). En la escala de humor afiliativo, las personas con estudios superiores presentaron puntajes mayores que las personas con estudios escolares.

Tabla 4

Comparación de grupos de FHS y Spane-P según Grado de Instrucción

	Escolares (n = 50)			Superior (n = 25)			t / U
	M	Mdn	DE	M	Mdn	DE	
SpaneP	20.58	21		21.96	22		534-00 ^a
SpaneN	16.25	16.50	-	13.40	12	-	416.00^{a*}
Flourishing	45.62	47,5	-	49.76	51	-	406.00^{a*}
H. Afiliativo	36.6		8.63	43		8.48	-2.59*
H. Mejoramiento Personal	37.62		7.01	39.44		6.58	-1.11
H. Auto-Descalificador	26.66		7.87	25.84		6.66	.447
H. Agresivo	27.54		7.10	25.36		7.03	1.257

^a Se utilizó la U de Mann-Whitney para SpaneP, que no presentó normalidad.

* p < .05

A manera de resumen, podemos observar que en lo que se refiere al objetivo principal, tanto *Flourishing* como afecto positivo correlacionaron positivamente con las escalas positivas del HSQ (humor afiliativo y humor para el mejoramiento personal). Así mismo, la escala de humor para el mejoramiento personal correlacionó de manera negativa con afecto negativo (Spane-N).

Tanto en las pruebas de Bienestar como en el HSQ, se encontró una mayor presencia de las áreas positivas, que negativas. De igual manera, el tiempo de reclusión en meses terminó siendo una variable importante, ya que correlacionó de manera positiva con los afectos positivos y de manera negativa con humor auto-descalificador. Otras variables que mostraron diferencias significativas, fueron situación jurídica y grado de instrucción. Las internas, que se encontraban sentenciadas presentaron diferencias significativas positivas tanto en afectos positivos como humor para el mejoramiento personal, frente a las internas que no tenían sentencia. Las internas con un grado de instrucción superior, mostraron mayor presencia de Flourishing, afectos negativos y humor afiliativo, frente a las que tenían estudios escolares.

Discusión

La presente investigación fue realizada con el fin de analizar la relación entre Bienestar y Estilos de Humor en un grupo de internas de un penal de mínima seguridad de Lima, así como las semejanzas y diferencias en el grupo de acuerdo a variables socio-demográficas y jurídicas.

Un primer punto a resaltar de la presente investigación es el predominio de afectos positivos, *Flourishing* y las escalas positivas de Estilos de Humor sobre las negativas. Tendencia que se observa también en poblaciones no penitenciarias (Cassaretto y Martínez, 2009; Diener et al., 2010; y Martin et al., 2003).

En lo que se refiere al Bienestar, se obtuvieron puntuaciones muy similares a las que reportó Diener et al. (2010) y Junça y Caetano (2011). Así mismo, en el grupo evaluado, hay una mayor intensidad de afecto positivo que negativo. Lo que reflejaría un importante recurso en el grupo, ya que pese a las condiciones adversas que suponen estar en una cárcel, las internas presentan puntuaciones similares a las poblaciones no penitenciarias. Este resultado es similar al reportado por Hildenbrand (2012), donde también se encuentra mayor presencia de afectos positivos que negativos en un grupo de internas pertenecientes a un establecimiento penitenciario de máxima seguridad limeño. Esto podría estar relacionado con lo que postulan Suh, Diener y Fujita (1996), quienes afirman que el impacto afectivo de diversos acontecimientos de vida, suele decrecer luego de los tres meses, estabilizándose luego.

En la misma línea, como señalan Zamble y Porporino (1990), las vivencias afectivas en las cárceles suelen ser más intensas en los primeros meses y en el periodo previo a la salida. Esto también se podría observar en lo encontrado en la presente investigación, donde el afecto positivo correlacionó con el tiempo de reclusión, es decir a mayor tiempo de reclusión, mayor presencia de afectos positivos. Del mismo modo, teniendo en cuenta que el 72.6% de las participantes, se encontraba recluida hace tres meses o más, se podría pensar que esto estaría influyendo en la mayor presencia de afectos positivos.

En la escala de *Flourishing*, componente del Bienestar, se presentaron puntajes similares a los encontrados en poblaciones no penitenciarias. Los enunciados con los que el grupo estudiado mostró mayor acuerdo (“Estoy comprometida e interesada en mis actividades diarias”, “Soy competente y capaz en aquellas actividades que son importantes para mí” y “Soy optimista en el futuro”), podrían estar relacionados con el contexto penitenciario y con el grupo evaluado. Las actividades diarias (talleres de trabajo, terapias, etc.) tienen, para las internas, un valor instrumental ya que les permiten acceder a beneficios penitenciarios, lo cual podría significar la posibilidad de reducir el tiempo de condena.

Por otro lado, tanto el hecho de ser procesadas como sentenciadas, podría estar influenciando la percepción optimista del futuro ya que, en el primer caso, las internas todavía tendrían la posibilidad de ser absueltas y, en el segundo escenario, por el hecho de saber su condena y acceder a los beneficios penitenciarios correspondientes, podrían considerar la libertad como una posibilidad para ellas. Si bien no hay datos exactos, sería interesante investigarlo.

El predominio de los aspectos positivos podría entenderse de dos maneras. Una hipótesis podría ser que las personas se estabilizasen luego de un tiempo, es por eso que aparentemente no se observan diferencias con investigaciones en poblaciones no penitenciarias. Otra posible hipótesis sería que algunas internas perciben mejores condiciones en el penal que las que tenían afuera. Bradley y Davino (2002), encontraron una situación similar con mujeres encarceladas en Estados Unidos, donde algunas de las internas señalaron que el penal era un ambiente más seguro ya que habría sufrido violencia antes de ingresar, tenían pocos ingresos económicos y en el establecimiento penitenciario tenían cubierto el ámbito médico. En ese sentido, lo que podría estar pasando es que se percibe como menos violento el establecimiento penitenciario o una mayor percepción de seguridad, frente a la vida que podían tener fuera.

Como se mencionó anteriormente, en el grupo evaluado se encontró mayor presencia de estilos de humor positivos que negativos, lo cual también se ha observado en investigaciones con población no penitenciaria (Cassaretto y Martínez, 2009 y Martin et al., 2003). Los estilos de humor afiliativo y orientado al mejoramiento personal, son más altos que humor agresivo y auto-descalificador. Esta tendencia a los estilos de humor positivos resulta adaptativa debido a que es un recurso positivo por tratarse de conductas que tienen como objetivo promover las relaciones interpersonales, generar ambientes más cómodos, afrontar situaciones adversas y regular emociones negativas (Martin 2001; Martin et al. 2003, Puhlik-Doris, Larsen, Gray y Weir 2003; Kuiper, Grimsaw, Leite y Kirsh, 2004; Kuiper y Mchale 2009). En el contexto de prisión, estas herramientas pueden resultar de gran utilidad. Como expone Valverde (1991) la cárcel es un ambiente hostil y disruptivo donde se tiene que hacer uso de toda clase de recursos, para mitigar el efecto negativo. Se necesita una estrategia para mitigar las emociones negativas que surgen debido a la agresión que se vive, en los establecimientos penitenciarios. Es así que el humor afiliativo y el humor enfocado en el mejoramiento personal surgirían como un importante recurso.

El principal objetivo del presente estudio fue analizar la relación entre Bienestar y Estilos de Humor. Los resultados mostraron que los estilos positivos de humor correlacionaron positivamente con *Flourishing* y SpaneP como ha sido señalado en las investigaciones revisadas (Kuiper, Grimsaw, Leite y Kirsh, 2004; Kuiper y Mchale 2009; y

Martin et al., 2003). En la misma línea el afecto negativo correlacionó negativamente con humor para mejoramiento personal.

Es importante mencionar que ninguno de los estilos de humor negativos correlacionó con el bienestar, contrario a lo que señala las investigaciones (Kuiper, Grimsaw, Leite y Kirsh, 2004; Kuiper y Mchale 2009; y Martin et al., 2003). En ese sentido una hipótesis podría ser que los estilos de humor negativos podrían estar teniendo otra funcionalidad en este grupo ya que, al ser el penal un lugar en donde las manifestaciones agresivas o negativas pueden ser entendidas como “mal comportamiento” y podrían perjudicar la situación jurídica de las internas, sería necesario utilizar formas socialmente aceptadas para expresar la agresión (ya sea contra ellas mismas o dirigida hacia otros), razón por la cual los estilos de humor negativos no estarían influenciando en el bienestar.

Además de analizar los datos descriptivos y relaciones, también se establecieron comparaciones en función al grado de instrucción y a características particulares del contexto penitenciario, como el tipo de delito y la situación jurídica.

El tiempo de reclusión parece influenciar en la vivencia afectiva y también en los estilos de humor. Se observó una relación positiva entre tiempo de reclusión y afecto positivo y una relación negativa pero pequeña con humor para descalificación personal. Es decir, a mayor tiempo de reclusión mayor presencia de afecto positivo y a menor tiempo de reclusión mayor uso de humor para descalificación personal. Este hallazgo fue similar al encontrado por Guimet (2011). El estilo de humor para descalificación personal busca promover las relaciones interpersonales pero dejando que otras personas se burlen de sí mismos. Es decir, podría ser una manera de lidiar con el ingreso y las emociones que se generan y una forma de establecer vínculos. A medida que pasa el tiempo se podría estar llegando a una estabilidad afectiva y regresar a las maneras de vincularse mediante un humor más adaptativo, hecho que, como lo señala la teoría, sería parte del proceso adaptativo (Ruiz, 2007; Valverde 1991; y Zamble y Porpino 1990). De todas formas, al ser una correlación pequeña habría observar los resultados de futuras investigaciones

La población penitenciaria se divide en internas procesadas e internas sentenciadas. En el primer caso, su juicio aún está en proceso, por lo que no se ha determinado el tiempo de reclusión. En cambio, las sentenciadas ya han recibido una condena y saben cuánto tiempo más estarán reclusas. En el grupo evaluado, el estilo de humor orientado al mejoramiento personal y afecto positivo resultaron diferentes según la situación jurídica. Las personas sentenciadas presentaron un mayor uso de humor de mejoramiento personal y una mayor intensidad de afectos positivos en comparación a las procesadas. Este resultado podría significar que las internas ya sentenciadas presentan mayores recursos, ya que el humor para mejoramiento personal representa un mayor control de las emociones y una regulación de los afectos negativos durante situaciones adversas. Es decir, el humor

para mejoramiento personal se utiliza como estrategia de afrontamiento (Kuiper y Mchale 2009; y Martin et al. 2003), la cual en un ambiente disruptivo como el de la cárcel (Constant, 2011), podría resultar muy útil para manejar el ambiente. Así mismo, como se explicó previamente, ser sentenciada significa haber recibido un tiempo de condena y tener la posibilidad de solicitar una reducción de pena. Para acceder a ello, las internas tienen que demostrar una adaptación positiva al ambiente, un buen comportamiento y relaciones interpersonales positivas, entre otras cosas. Los resultados obtenidos nos podrían señalar que hay una aceptación y un mejor manejo de la situación en la que se encuentran, lo que puede deberse a que el control de comportamiento podría posibilitar su salida del penal de forma anticipada.

Es importante señalar que si bien no se dio una correlación significativa entre tiempo de reclusión y humor, las personas sentenciadas, como se observó en la base de datos, suelen ser las que llevan más tiempo en el establecimiento penitenciario, lo cual podría significar que ya han aprendido a sobrellevar de mejor manera la vivencia penitenciaria, mediante el uso del humor para mejoramiento persona, la la teoría señala que las personas sobrellevan con humor la vida pero sin perder el contexto y la realidad, lo cual funciona como una estrategia de afrontamiento para regular las emociones negativas, sin dañar a otro o a uno mismo (Martin, 2001; Martin, Puhlik-Doris, Larsen, Gray y Weir, 2003).

Es importante notar que dos variables (tiempo de reclusión y situación jurídica) que se encuentran relacionadas con la estabilidad y adaptación, han tenido influencia sobre afecto positivo, humor para mejoramiento personal y para descalificación personal. Dichas variables están relacionadas a cómo se siente la persona, cómo se afrontan las situaciones y cómo uno se burla de sí mismo (Diener et al. 2010 y Martin et al. 2003). Esto nos estaría señalando, la importancia de la estabilidad y adaptación para las internas.

Finalmente, el grado de instrucción es una variable en la que se han observado diferencias en el grupo evaluado, según afecto negativo, Flourishing y estilo de humor afiliativo. Se observó que las personas con estudios superiores muestran menor afecto negativo. Este resultado coincide con los hallazgos de Hildenbrand (2012) y Guimet (2011). Esta última autora señala que las personas con nivel de instrucción superior manifiestan mayor bienestar, además de un mejor manejo del ambiente, mayor auto-aceptación, mayor sentido de vida y una mejor relación con otros. Esto además, se podría vincular también con Flourishing y humor afiliativo, ya que las dos están vinculadas con las relaciones interpersonales (Diener et al. 2010 y Martin 2003). Como señala Hildenbrand (2012), la educación superior podría estar significando mayores y distintas herramientas para vincularse con el otro y manejarse en el mundo. Otro aspecto importante de FHS son las expectativas a futuro y el sentirse competentes, cualidades que se encontrarían reforzadas en aquellas personas que tienen un grado de instrucción superior. Contar con dicha

preparación académica podría darles la sensación de mayores posibilidades de reinserción en el futuro. Teniendo en cuenta lo anterior, el grado de instrucción podría presentarse como un factor protector dentro del penal, el cual facilita aspectos positivos del bienestar y del estilo de humor.

Como se ha planteado en la introducción, a las personas privadas de su libertad se las tiende a percibir desde lo negativo, ya que representan lo malo de la sociedad. Además, las condiciones en las que se encuentran en los establecimientos penitenciarios no suelen ser las mejores, esto se puede apreciar desde la infraestructura hasta el trato que algunas veces pueden recibir. Es por ello que resulta necesario realizar investigaciones que den cuenta de cómo, a pesar de la estigmatización y de las condiciones en las que se encuentran, viven y se adaptan a la situación penitenciaria, desplegando sus propios recursos.

La presente investigación señala cómo el grupo evaluado presenta recursos afectivos, Flourishing y Estilos de Humor, para adaptarse al ambiente, a pesar de haber perdido su libertad y encontrarse en situaciones no favorables. Es decir, las internas presentan recursos y los utilizan para poder lidiar con su ambiente. Del mismo modo, los resultados de la investigación nos permiten observar la importancia, de tener claro su futuro, entendido esto como contar con una condena, ya que la situación de procesada podría ser una fuente de estrés. En un sistema judicial como el peruano, donde saber si una persona va a ser absuelta o condenada toma tanto tiempo, la ausencia de una condena puede ser un factor de riesgo para que la persona pueda encontrar estabilidad, dentro del cambio que genera o implica estar reclusa en un centro penitenciario.

Se recomienda que en futuras investigaciones, sería pertinente buscar una manera de que haya una mayor representación de la población de internas para que los resultados puedan ser representativos. Del mismo modo, sería importante incluir variables de tratamiento como la participación en el área de psicología, en el área social y si es que se encuentran en algún taller, para analizar si estos también podrían actuar como facilitadores del bienestar y estilos de humor positivos. También se podrían estudiar si es que las internas son madres y de ser así, cuál es la edad de su hijo, ya que la ruptura del vínculo podría tener influencia en la escala de FHS, pues se tendría una fuerte motivación para salir y proyectarse a futuro. Del mismo modo, realizar estudios longitudinales, con el objetivo de determinar cómo influye el tiempo y la adaptación en el bienestar y estilos de humor. Así mismo, sería interesante explorar cómo era la vida de las internas antes de ingresar al penal, con el fin de analizar si existe una percepción de mayor seguridad o de que es un espacio menos violento, ya que esto podría estar influenciando en el Bienestar y Estilos de Humor.

Finalmente, consideremos que este tipo de investigación es importante ya que permite identificar los recursos de las internas e identificar aquellos estilos de humor que

podían resultar adaptativos para esta población específica. Sobre todo, debido a que en la mayoría de referencias e investigaciones encontradas sobre cárceles y la realidad femenina penitenciaria prevalece la mirada de déficit, de malestar y de enfermedad. Es por ello que resulta importante incluir una perspectiva psicología positiva a esta problemática. Asimismo, siguiendo a Diener, Keseir y Lucas (2008), consideramos que el estudio del bienestar puede proveer múltiples indicadores para el desarrollo de políticas públicas para las intervenciones orientadas a la promoción del bienestar y política de tratamiento dentro de los establecimientos penitenciarios.



Referencias

- Antony, C. (2007). Mujeres invisible: las cárceles femeninas en América Latina. *Nueva Sociedad*. N°208.
- Bradley, R. & Davino, K. (2002). Women's perceptions of the prison environment: when prison is "the safest place I've ever been". *Psychology of women quarterly*, 26, 351 – 359.
- Butzer, B. y Kuiper, A. (2008). Humor Use in Romantic Relationships: The Effects of Relationship Satisfaction and Pleasant Versus Conflict Situations. *The Journal of Psychology* 142(2), 245-260.
- Cann, A. y Etzel, K. (2008) Remembering and anticipating stressors: Positive personality mediates the relationship with sense of humor. *International Journal of Humor Research*, 21(2), 157-178.
- Capps, D. (2006) The psychological benefits of humor. *Pastoral psychology*, 54(5), 3939-411.
- Castro, A. (2010). *Fundamentos de Psicología Positiva*. Buenos Aires: Paidós.
- Casaretto, M. y Martínez, P. (2009) Validación de la Escala del Sentido del Humor en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología*, 27(2).
- Casullo, M. y Castro, A. (2000). Evaluación del bienestar psicológico en estudiantes adolescentes argentinos. *Revista de Psicología de la PUCP*, 23(1), 35-67.
- Comisión Episcopal de Acción Social (CEAS) (2006). *La realidad del sistema penitenciario en el Perú: Diagnóstico, limitaciones y retos*. Lima: ROEL.
- Chen, G. y Martin, R. (2007) A comparison of humor styles, coping humor, and mental health between Chinese and Canadian university students. *Humor*, 20(3), 215-234
- Constant C. (2011) Relaciones entre internas y guardias en el penal de mujeres de Lima: análisis de las desigualdades de trato. *Bulletin de l'IFEA* 40(2).
- Deci, E. y Ryan R. (2008) Hedonia, eudaimonia, and well-being: An Introduction. *Journal Of Happiness Studies*, 9(1), 1-11. DOI: 10.1007/s10902-006-9018-1.
- Defensoría del Pueblo (2007). Informe Defensorial No 113. Supervisión del sistema Penitenciario 2006. Lima: Defensoría del Pueblo.
- Defensoría del Pueblo (2011). Informe Defensorial No 144. El sistema Penitenciario componente clave de la seguridad y la política criminal. Lima: Defensoría del Pueblo.
- Defensoría del Pueblo (2013) Informe de Adjuntía N°006-2013-DP/ADHPD. Lineamientos para la implementación de las reglas de Bangkok en el sistemas penitenciario peruano. Lima: Defensoría del Pueblo.

- Diener, E. (2000) Subjective Well-Being: The Science of Happiness and a Proposal for National Index. *American Psychological Association*, 55, 34-43.
- Diener, E., Keseir, P. y Lucas, L. (2008) Benefits of Accounts of Well-Being for Societies and for Psychological Science. *Applied Psychology: An International Review*, 57, 37-53.
- Diener, E. (2009). Assessing subjective well-being: Progress and opportunities. En Diener, E. (Eds) *Assessing Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. *Social Indicators Research Series*, 39, 25-65.
- Diener, E., Lucas, R. y Oishi, S. (2009) Subjective Well-Being. En C.R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology*, 63-73. New York: Oxford University Press.
- Diener, E. y Ryan, K. (2009) Subjective well-being: a general overview. *South African Journal of Psychology*, 39(4), 391-406. DOI: 10.1177/008124630903900402
- Diener, E., Wirtz, D., Biswas-Diener, R., Tov, W., Kim-Prieto, C., Choi, D. & Oishi, S. (2009). New Measures of Well-Being. En Diener, E. (Eds) *Assessing Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. *Social Indicators Research Series*, 39, 247-266. Holanda: Springer Netherlands. DOI: 10.1007/978-90-481-2354-4_12
- Diener, E.; Wirtz, D.; Tov, W.; Kim-Prieto, C.; Choi, D.; Oishi, S. y Biswas, R. (2010) New Well-being Measures: Short Scales to Asses Flourishing and Positive and Negative Feelings. *Social Indicator Research Series*, 97(2), 143-156.
- Erickson, S. y Feldstein, S. (2007) Adolescent humor and its relationship to coping, defense strategies, psychological distress, and well-being. *Child Psychiatry and Human Development*. 37, 255-271.
- Foucault, M. (1976) *Vigilar y castigar: nacimiento de la prisión*. México: Siglo Veintiuno.
- Freud, S. (1988) El chiste y su relación con el inconsciente [1905] En: *Freud Obras Completas. Volumen 5: Ensayos XXI-XXV*. Argentina: Biblioteca Nueva.
- Goffman, E. (1972). *Internados*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Guimet, M. (2011). Bienestar Psicológico en un grupo de mujeres privadas de su libertad que realizan ejercicio físico. *Tesis para optar a licenciatura*. Lima: PUCP.
- Hildenbrand, A. (2012). Razones para vivir y afecto en mujeres internas en un establecimiento penitenciario de lima metropolitana. *Tesis para optar a licenciatura*. Lima: PUCP
- Junça, A. y Caetano, A. (2013). Validation of Flourishing Scale and Scale of Positive and Negative Experiencia in Portugal. *Social Indicator Research*, 110, 469-478. DOI:10.1007/s11205-011-9938-y.
- Keaveny, M. E. y Zauszniewski, J. A. (1999). Life events and psychological well-being in women sentenced to prison. *Issues in mental health nursing*, 20, 73-89.
- Keyes, C. y Lopez, S. (2009) Toward a Science of Mental Health. C.R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology*, 45-59. New York: Oxford University Press.

- Kuiper, N., Martin R. y Olinger J. (1993) Coping Humor, Stress, and Cognitive Appraisals. *Behavioral Science*, 25(1), 81-96.
- Kuiper, N., Grimshaw, M., Leite, C. y Kirsh, G. (2004) Humor is not always the best medicine: Specific components of sense of humor and psychological well-being. *International Journal of Humor Research*, 17(1/2), 135-168.
- Kuiper, N. y McHale (2009). Humor styles as mediator between self-evaluative standards and psychological well-being. *Journal of psychology*, 143(4), 359-376.
- Kuiper, N. y Leite, C. (2010) Personality impressions associated with four distinct humor styles. *Scandinavian Journal of Psychology*, 51, 155-122
- Lefcourt, H. (2009) Humor. En: C.R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology* (619-631). New York: Oxford University Press.
- Lucas, R. E., Diener, E. y Suh, E. (1996). Discriminate validity of well-being measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71, 616–628.
- Maddux, J. (2009) Stopping the “Madness”. En C.R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology* (13-25). New York: Oxford University Press.
- Mapelli, B. (2006) *La mujer en el sistema penitenciario peruano*. Lima: IDEMSA.
- Martin, R. (2001). Humor, Laughter, and Physical Health. Methodological Issues and Research Findings. *Psychological Bulletin*, 127(4), 504-519.
- Martin, R., Puhlik-Doris, P., Larsen, W., Gray, J. & Weir, K. (2003). Individual differences in uses of humor and their relation to psychological well-being: Development of the Humor Styles Questionnaire. *Journal of Research in Personality*, 37, 48-75.
- Martin, R. (2004) Sense of humor and physical health: Theoretical issues, recent findings and future directions. *Humor* 17, 1-19.
- Pérez Guadalupe, J. (1994). *Faites y atorrantes: una etnografía del penal de Lurigancho*. Lima: Facultad de Teología Pontificia y Civil de Lima.
- Ruiz, J. (2007). Síntomas psicológicos, clima emocional, cultura y factores psicosociales en el medio penitenciario. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 39(3): 547-561.
- Ryff, C. (1989). Happiness is everything, or is it? *Explorations on the meaning of psychological well-being*. *Journal of Personality and Social Psychology*. 57(6), 1069-1081. doi:10.1037/0022-3514.57.6.1069.
- Ryff, C. y Keyes, C. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*. 69(4), 719-727
- Seligman, M. (2009) Positive Psychology, Positive Prevention and Positive Therapy. En C.R. Snyder y S. J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology* 45-59. New York: Oxford University Press.

- Suh, E., Diener, E. y Fujita, F. (1996) Events and Subjective Well-Being: Only Recent Events Matter. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 1091-1102.
- Tay, L. y Diener, E. (2011) Needs and Subjective Well-Being around the World. *Journal of Personality and Social Psychology*. 101(2), 354-365.
- Winnicott, D. (1996) *Deprivación y delincuencia*. Buenos Aires: Editorial Paidós.
- Van der Maat, B. (2008). *Privados de la libertad. Ciudadanos de segunda clase*. Arequipa: Ediciones Gráficas Abarca.
- Valverde, J. (1991). *La cárcel y sus consecuencias: la intervención sobre la conducta desadaptada*. Madrid: Popular.
- Zamble, E. y Porporino, F. (1990) Coping, imprisonment, and rehabilitation: some data and their implications. *Criminal Justice and Behavior*, 17(1), 53-70.



Anexos



Anexo A

Pruebas Administradas

Copia para el participante

Consentimiento Informado:

La presente investigación es conducida por Andrea Wakeham Nieri, estudiantes de Psicología de la Pontificia Universidad Católica del Perú, bajo la dirección de la Patricia Martínez Uribe, asesora de esta investigación.

Si usted accede a este estudio, se le pedirá participar en tres breves cuestionarios y una ficha de datos socio demográficos, las cuales tomará máximo una media hora de su tiempo.

La participación en esta investigación es estrictamente voluntaria. La información que se recoja será confidencial y no se usará para ningún otro propósito fuera de los de esta investigación. No serán utilizadas para los folders de seguimiento de psicología ni para informes psicológicos, de las asistentes sociales o legales. Sus respuestas a las pruebas y a la ficha serán codificadas usando un número de identificación y por lo tanto, serán completamente anónimas.

Si tiene alguna duda puede hacer preguntas en cualquier momento durante su participación. Igualmente, puede retirarse en cualquier momento sin que eso lo perjudique en ninguna forma. Si alguna de las preguntas le parecen incómodas, tiene usted el derecho de hacérselo saber al investigador o de no responderlas.

Desde ya se agradece su participación.

Nombre y firma del investigador

Fecha de la aplicación

Evaluación SPANE

Te pedimos que pienses en la manera cómo te has estado sintiendo en las últimas 4 semanas. Luego, señala la intensidad de los siguientes sentimientos usando la escala que aparece a continuación. Coloca un número para cada ítem.

Muy rara vez o Nunca	Rara vez	A veces	Frecuentemente	Muy frecuentemente o Siempre
1	2	3	4	5

Positiva	1	2	3	4	5
Negativa	1	2	3	4	5
Bien	1	2	3	4	5
Mal	1	2	3	4	5
Agradable	1	2	3	4	5
Desagradable	1	2	3	4	5

Feliz	1	2	3	4	5
Triste	1	2	3	4	5
Temerosa	1	2	3	4	5
Alegre	1	2	3	4	5
Molesta	1	2	3	4	5
Complacida	1	2	3	4	5

Evaluación Flourishin

A continuación encontrarás 8 enunciados con los que puedes estar de acuerdo o en desacuerdo. Te pedimos que marques tu grado de acuerdo con cada uno de ellos teniendo en cuenta la siguiente escala:

Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	Ligeramente en desacuerdo	Ni de acuerdo ni en desacuerdo	Ligeramente de acuerdo	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
1	2	3	4	5	6	7

1. Llevo una vida con propósito y significado	1	2	3	4	5	6	7
2. Mis relaciones interpersonales me brindan apoyo y reconocimiento	1	2	3	4	5	6	7
3. Estoy comprometida e interesada en mis actividades diarias	1	2	3	4	5	6	7
4. Contribuyo activamente a la felicidad y bienestar de los demás	1	2	3	4	5	6	7
5. Soy competente y capaz en aquellas actividades que son importantes para mi	1	2	3	4	5	6	7
6. Soy una buena persona y vivo una buena vida	1	2	3	4	5	6	7
7. Soy optimista sobre el futuro	1	2	3	4	5	6	7
8. La gente me respeta	1	2	3	4	5	6	7

Cuestionario de Estilos de Humor

Por favor, responda a las siguientes afirmaciones teniendo en cuenta **cómo es usted, cómo se comporta habitualmente**. Coloque el número correspondiente a cada afirmación a la siguiente escala:

Totalmente diferente a mí	1
Bastante diferente a mí	2
Algo diferente a mí	3
Ni diferente ni parecido a mí	4
Algo parecido a mí	5
Bastante parecido a mí	6
Totalmente Igual a mí	7

1	No me gusta reírme o hacer bromas con la gente.	
2	Si estoy triste, el humor ayuda a levantar mi ánimo.	
3	Si alguien se equivoca, trato de hacer bromas al respecto.	
4	Dejo que me hagan bromas o chistes más de lo necesario.	
5	Me resulta fácil hacer reír a la gente, tengo sentido del humor.	
6	Aún cuando no me sienta bien, me divierten las situaciones absurdas o cómicas.	
7	Mi sentido del humor jamás ofende a la gente.	
8	Tolero que mi familia haga bromas que a mí realmente me molestan.	
9	Es raro que haga reír a los demás contando cosas graciosas sobre mí.	
10	Cuando estoy molesta o triste, trato de pensar en cosas divertidas para sentirme mejor.	
11	Cuento chistes o hago bromas; no me preocupa cómo les caen a la gente.	
12	Trato de caer bien a los demás haciendo bromas sobre mis debilidades o torpezas.	
13	Suelo reír y bromear a menudo con muchos de mis amigos/as.	
14	Tener sentido del humor me ayuda para evitar sentirme triste o enojada.	
15	Me molesta que usen el humor para criticar o hacer sentir mal a otro/a.	
16	No digo algo gracioso si me hace sentir mal.	
17	Me desagrada contar chistes para entretener a la gente.	
18	Si me siento mal, me esfuerzo en pensar en cosas divertidas que me levanten el ánimo.	
19	A veces pienso en cosas graciosas y las digo, aunque el momento no sea adecuado.	
20	Hago bromas o trato de ser divertida de forma exagerada.	
21	Disfruto cuando logro hacer reír a otros.	
22	Cuando estoy deprimida o enojada, a veces pierdo el sentido del humor.	
23	Jamás me río de otra persona, aunque quienes me rodean lo hagan.	
24	Soy la única persona a la que hacen bromas cuando estoy con amigos/as o familiares.	
25	Pocas veces cuento un chiste a mis amigos.	

Totalmente diferente a mí	1
Bastante diferente a mí	2
Algo diferente a mí	3
Ni diferente ni parecido a mí	4
Algo parecido a mí	5
Bastante parecido a mí	6
Totalmente Igual a mí	7

26	La experiencia me ha enseñado que pensar en algo divertido ayuda a afrontar problemas.	
27	Si alguien no me cae bien, uso bromas y chistes para molestarlo/a.	
28	Si me siento mal, hago bromas o chistes, para que no se den cuenta.	
29	Me cuesta mucho pensar en algo divertido cuando estoy con gente.	
30	No necesito estar con gente para entretenerme; encuentro cosas que me hacen reír estando a solas.	
31	Aunque algo me divierta, no lo hago si puedo ofender a alguien.	
32	Permito que mis y familiares se rían de mí si eso los pone de buen humor y los hace sentir bien.	

Anexo B

Análisis de Confiabilidad Interna

Tabla 5
Confiabilidad de la prueba Bienestar

Escala	Ítem	Correlación elemento- total corregida
SpaneP	Ítem1	,593
	Ítem3	,662
	Ítem5	,564
	Ítem7	,656
	Ítem10	,772
	Ítem12	,427
	Alpha total	,883
SpaneN	Ítem2	,570
	Ítem4	,673
	Ítem6	,537
	Ítem8	,728
	Ítem9	,565
	Ítem12	,518
	Alpha total	,827
Flourishing	Ítem1	,509
	Ítem2	,394
	Ítem3	,187
	Ítem4	,236
	Ítem5	,341
	Ítem6	,579
	Ítem7	,408
	Ítem8	,511
	Alpha total	,708

Tabla 6
Confiabilidad de la prueba Estilos de Humor

Escala	Ítem	Correlación elemento-total corregida	Correlación elemento-total corregida neutralizado
Estilos de Humor Afiliativo	Ítem 1	,429	,429
	Ítem 5	,445	,445
	Ítem 9	,218	,218
	Ítem 13	,297	,297
	Ítem 17	,366	,366
	Ítem 21	,274	,274
	Ítem 25	,377	,377
	Ítem 29	,318	,318
Alpha total		,647	,647
Estilos de Humor orientado al Mejoramiento Personal	Ítem 2	,320	,454
	Ítem 6	,236	,148
	Ítem 10	,215	,309
	Ítem 14	,371	,407
	Ítem 18	,378	,420
	Ítem 22	-,195	-
	Ítem 26	,443	5,320
	Ítem 30	,038	-
Alpha total		,459	,639
Estilos de Humor Agresivo	Ítem 3	,194	,159
	Ítem 7	,040	,083
	Ítem 11	,009	-
	Ítem 15	,232	,269
	Ítem 19	,161	,128
	Ítem 23	,278	,274
	Ítem 27	,136	,151
	Ítem 31	,236	,264
Alpha total		,386	,421
Estilos de Humor Auto- Descalificador	Ítem 4	,199	,151
	Ítem 8	,196	,295
	Ítem 12	,257	,297
	Ítem 16	-,120	-
	Ítem 20	,300	,290
	Ítem 24	,200	,225
	Ítem 28	,292	,275
	Ítem 32	,262	,346
Alpha total		,437	,541